

Lange, Andreas

**Glück und das gute Leben - eine sozialwissenschaftliche Spurensuche.  
Verhandlungen von Kindheit, Jugend, Familie, Gender in den  
Sozialwissenschaften (1. Trendbrief)**

*Diskurs 13 (2003) 2, S. 67-75*



Quellenangabe/ Reference:

Lange, Andreas: Glück und das gute Leben - eine sozialwissenschaftliche Spurensuche.  
Verhandlungen von Kindheit, Jugend, Familie, Gender in den Sozialwissenschaften (1. Trendbrief) - In:  
Diskurs 13 (2003) 2, S. 67-75 - URN: urn:nbn:de:0111-pedocs-86774 - DOI: 10.25656/01:8677

<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0111-pedocs-86774>

<https://doi.org/10.25656/01:8677>

in Kooperation mit / in cooperation with:



**Deutsches  
Jugendinstitut**

[www.dji.de/diskurs](http://www.dji.de/diskurs)

**Nutzungsbedingungen**

Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Die Nutzung stellt keine Übertragung des Eigentumsrechts an diesem Dokument dar und gilt vorbehaltlich der folgenden Einschränkungen: Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.  
Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

**Terms of use**

We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document.

This document is solely intended for your personal, non-commercial use. Use of this document does not include any transfer of property rights and it is conditional to the following limitations: All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

**Kontakt / Contact:**

**peDOCS**

DIPF | Leibniz-Institut für Bildungsforschung und Bildungsinformation

Informationszentrum (IZ) Bildung

E-Mail: [pedocs@dipf.de](mailto:pedocs@dipf.de)

Internet: [www.pedocs.de](http://www.pedocs.de)

Digitalisiert

Mitglied der

  
Leibniz-Gemeinschaft

# Inhalt

---

- 2 Hans Lösch  
Zu diesem Heft
- RISIKOEINSCHÄTZUNG: EMPIRISCH-QUANTITATIVE VERFAHREN  
IN DER SOZIALEN ARBEIT
- 5 Heinz Kindler und Peter Zimmermann  
Helfen mit handhabbarem Risiko? Empirisch gestützte Verfahren zur Risiko-  
einschätzung in der Jugendhilfe
- 8 Heinz Kindler  
Ob das wohl gut geht? Verfahren zur Einschätzung der Gefahr von Kindesmisshandlung  
und Vernachlässigung im ASD
- 19 Jens Pothmann  
Grenzgänge Anmerkungen zur Anwendung von Messinstrumenten in der Sozialen Arbeit
- 26 Roger Bullock, Nick Axford, Michael Little, Louise Morpeth  
Predicting the Likelihood of Family Reunification in the Foster Care System  
Patterns of Separation and Return
- 34 Heinz Kindler  
Risikoeinschätzung bei Kindeswohlgefährdung Heinz Kindler interviewt Chris Baird
- 42 Katrin Hater  
Heute hier, morgen dort? Aspekte der räumlichen Neuordnung familiärer Beziehungen  
nach einer Trennung
- 50 Thomas Rauschenbach  
Das Bildungsdilemma (Un-)beabsichtigte Nebenwirkungen öffentlicher Bildungsinstanzen
- 59 Karin Schittenhelm und Mona Granato  
»Geschlecht« und »Ethnizität« als Kategorien der Jugendforschung Junge  
Migrantinnen heute und die Differenzierung einer Lebensphase der Jugendforschung
- 67 Andreas Lange  
Glück und das gute Leben – eine sozialwissenschaftliche Spurensuche  
Verhandlungen von Kindheit, Jugend, Familie, Gender in den Sozialwissenschaften (1. Trendbrief)

# Glück und das gute Leben – eine sozialwissenschaftliche Spurensuche

Andreas Lange

Verhandlungen von Kindheit, Jugend, Familie, Gender in den Sozialwissenschaften  
(1. Trendbrief)

Der Trendbrief folgt der Tradition des klassischen Literaturjournals, wie es von Charles Darwin und Karl Marx geführt worden ist. In jeder Ausgabe werden ein bis zwei allgemeine sozialwissenschaftliche Themen schwerpunktmäßig anhand neuerer Literatur umrissen und auf ihre Relevanz für Familie, Kindheit, Jugend und Geschlechterverhältnisse abgeklopft. Der erste Brief ist dem »Glück« und dem »guten Leben« gewidmet. Es geht um die sozialstrukturellen Bedingungen des Glücksbooms auf der Ebene populärer wie wissenschaftlicher Diskurse, um eine Kartographie der gegenwärtigen empirischen Glücksforschung und um ausgewählte Einblicke in deren Fundus von Einzelergebnissen. Diese reichen von individuellen Faktoren bis hin zu gesamtgesellschaftlichen. Was bislang trotz einer Vielzahl von Resultaten noch aussteht, ist eine integrale Theorie des guten Lebens. Abgeschlossen wird die thematische Übersicht mit Überlegungen zur Anwendung der Einsichten der Glücksforschung. Sie zielen auf die Informierung der Sozial- und Gesellschaftspolitik sowie die Anreicherung der individuellen, »naiven« Glückstheorien.

Zwei Grundgedanken leiten die lose Folge von Trendbriefen:

(1) Wie man mit der täglich über den Schreibtisch fegenden Masse an Literatur – vom technischen Report bis hin zur soziologischen Zeitdiagnose – umgeht, hängt neben den jeweiligen Arbeits- und Projektbedingungen auch mit der Einschätzung dieser Fülle ab. Für den einen ist sie ein Ärgernis, eine Bedrohung, ein lästiges Übel auf dem Wege zur eigenen Forschung und Erkenntnisbildung. Für den anderen hingegen ist sie Herausforderung, Inspiration und Anreiz. Zählt man sich zu letzterer Position, stellt sich die Frage: Wie nutze ich dieses Reservoir an Gedanken, Thesen, Daten und Darstellungen für die eigene Arbeit? Positiv gewendet: Wie hebe ich diesen Schatz an Einsichten? Der Trendbrief folgt der Tradition des klassischen Literaturjournals, wie es u. a. von Charles Darwin und Karl Marx geführt worden ist. Heute bieten sich zur Umsetzung der persönlichen Literatursammlung Datenbanken an. Wir hatten im Jahre 1997 an der Universität Konstanz im Forschungsschwerpunkt »Gesellschaft und Familie« begonnen, unsere Literaturfunde systematisch in einem kleinen Literaturbrief zusammenstellen. Diese Tradition wird derzeit in der Abteilung »Familie und Familienpolitik« am DJI fortgeführt. Aus diesen Briefen wird hier gleichsam eine »premium collection« an Lesefrüchten angeboten.

(2) Gerade an den Überschneidungsflächen unterschiedlicher Fachwissenschaften und Theoriesysteme



spielen sich derzeit höchst spannende Dinge ab. Damit ist das zweite Konstruktionsmerkmal dieses Trendletters genannt: Er soll einen fokussierten, selektiven Einblick geben in die gegenseitigen Bereicherungs- und Anregungspotenziale von allgemeiner Sozialwissenschaft und speziellen kindheits-, jugend- sowie familienwissenschaftlichen Interessen, unter ausdrücklicher Berücksichtigung der Genderperspektive.

**Aufstieg in die Bundesliga »seriöser« sozialwissenschaftlicher Themen**

Dass Menschen Glück suchen, ist keine Erscheinung, die nur für bestimmte Kulturen gilt. Es ist gleichsam eine anthropologische Konstante. Allerdings sind die Themen Glück und gelingendes Leben derzeit so intensiv präsent wie wohl nie zuvor und haben damit einen rasanten Aufstieg von der Kreis- in die Bundesliga sozialwissenschaftlich seriöser Themen hinter sich, mit einer großen Ausstrahlungskraft auf populäre Diskurse. Wie sonst wäre es erklärbar, dass eine philosophische Habilitationsschrift, gleichsam ein Musterbeispiel für schwer verdauliches wissenschaftliches Graubrot, sich über 25 000 Mal verkauft? Gemeint ist die »Philosophie der Lebenskunst« von Wilhelm Schmid. Eine Flut von weiteren Publikationen, von Zeitschriften- und Magazinbeiträgen, ganze Regale an Ratgeberliteratur zum Thema Glück, Wellness und Wohlbefinden unterstreichen die Aktualität der Glückssuche.

**Übersicht 1:  
Beispiele für populärwissenschaftliche Literatur zum Glück und Wohlbefinden**

Brockert, Siegfried: Du sollst dich lieben. Das neue Menschenbild der Positiven Psychologie. München 2002

Csikszentmihalyi, Mihaly: Lebe gut! Stuttgart 1999

Ernst, Heiko: Das gute Leben. Der herrliche Weg zum Glück. München 2003

Kemper, Peter/Sonnenschein, Ulrich (Hrsg.): Glück und Globalisierung. Alltag in Zeiten der Weltgesellschaft. Frankfurt am Main 2003

Klein, Stefan: Die Glücksformel oder wie die guten Gefühle entstehen. Reinbek 2002

Niven, David: Die 100 Geheimnisse glücklicher Menschen. Was Wissenschaftler herausgefunden haben und wie wir es nutzen können. München 2000

Pieper, Annemarie: Glückssache. Die Kunst gut zu leben. Hamburg 2001

Diese geballte Aufmerksamkeit erstaunt. Lange Zeit war die Auseinandersetzung mit dem Thema Glück in der Philosophie (Steinfath 1998) sowie in den benachbarten Sozialwissenschaften, gerade auch in der Soziologie (Barheier / Bellebaum 1997), nämlich geradezu verpönt. Glück war gleichsam aus dem Diskursraum der vernünftigen Wissenschaften exkommuniziert worden. Ein falsch verstandener »Liberalismus« in Politik und Philosophie meinte, man könne nur allgemeine, sehr formal geratene Aussagen zu den Bedingungen des individuellen gesellschaftlichen Wohlbefindens treffen und erstickte daher lange Zeit alle Auseinandersetzungen um Inhalte und förderliche Bedingungen einer guten und gelingenden Lebensführung. Ein spezieller Grund für die lange Zurückhaltung in den Sozial- und Humanwissenschaften dürfte nicht zuletzt auch darin gelegen haben, dass positive Momente und ihre Wirkungen schwerer in den Griff zu bekommen sind als negative. So konstatiert die Emotionsforscherin Barbara Fredrickson (2003, S. 38), dass »... positive Affekte schwieriger zu untersuchen sind als ihre negativen Gegenstücke. Freude, Vergnügen und Zufriedenheit heben sich nicht so deutlich voneinander ab wie Ärger, Traurigkeit und Angst. So differenziert die Wissenschaft nur eine Hand voll guter Gefühle, während sie für jede positive Emotion drei oder vier entsprechende negative kennt«. Ryff / Singer (2002, S. 542) merken an, dass auch die Förderschwerpunkte und die Vergabepaxis von Forschungsgeldern eher an der Untersuchung von menschlichem Fehlverhalten und Leiden orientiert war und weniger an menschlichen Stärken und positiver Emotionalität.

Seit Mitte der 90er-Jahre ist eine erst unterschwellig wirksame, jetzt aber mächtige Strömung an die Oberfläche gekommen, welche sich von solchen Schwierigkeiten nicht mehr beirren lässt. Sie birgt ein großes

Potenzial für die Kindheits-, Jugend- und Familienforschung. Auf den Punkt gebracht: Die im Folgenden vorzustellenden Arbeiten stellen ein Korrektiv gegenüber eingespielten Sichtweisen dar, die vorwiegend Restriktionen und Belastungen für die Lebensführung alter und junger Menschen abbilden. Ich deute diese neuen Vorstöße als generative Theorien des Sozialen und des Psychischen. Sie widmen sich einer der Kardinalfragen der menschlichen Existenz: Was macht ein gutes Leben aus?

An mehreren Stellen sind sie auf dem Vormarsch und bringen ihre Geschütze in Stellung. Ob in der Medizin oder den Gesundheitswissenschaften, ob in der Psychologie (Seligman 2002) und Erziehungswissenschaft, ob in der Volkswirtschaftslehre (Frey / Stutzer 2002) und der Soziologie (Bellebaum 2002): Oftmals zwar noch weitgehend voneinander isoliert, markieren sie eine Abkehr von einer dominanten Konzentration auf Pathologie, negative Emotionalität und misslingende Sozialisation. Sehr anschaulich für diese Kehrtwende steht beispielsweise die Rede von »Gesundheitsbiographien«, welche anzeigen soll, dass wir zwar viel über die Entstehung von Krankheit, aber noch sehr wenig über die Genese von gesunder Lebensführung wissen (Perrig-Chiello 2003). In dieselbe Kerbe schlägt Schreiber (2003), wenn er die übliche Forschung zur Instabilität von Paarbeziehungen auf den Kopf stellt und in seinen Interviews der Frage nachgeht: Was lässt Ehen noch gelingen?

**Allerdings sind die Themen Glück und gelingendes Leben derzeit so intensiv präsent wie wohl nie zuvor und haben damit einen rasanten Aufstieg von der Kreis- in die Bundesliga sozialwissenschaftlich seriöser Themen hinter sich, mit einer großen Ausstrahlungskraft auf populäre Diskurse.**

## Übersicht 2:

### Glücks- und Wohlbefindensforschung in geisteswissenschaftlichen Einzeldisziplinen

---

#### Philosophie

- Angewandte und praktische Ethik (insbes. Neoaristotelismus)
- Sozialphilosophie, Philosophie der Geschlechterverhältnisse

Vertreter: Martha S. Nussbaum, Holger Steinfath

---

#### Psychologie

- Klinische Psychologie
- Emotionspsychologie, Evolutionspsychologie
- Sozialpsychologie
- Entwicklungspsychologie, Psychologie der Lebensspanne

Ausgewählte Vertreter: Ed Diener, Martin E. P. Seligman, Philipp Mayring

---

#### Soziologie

- Sozialberichterstattung und Lebensqualitätsforschung
- Zeitdiagnose
- Kindheits- und Jugendforschung

Ausgewählte Vertreter: Alfred Bellebaum, Wolfgang Glatzer, Gerhard Schulze

---

#### Volkswirtschaftslehre

- Wohlfahrtsökonomie
- Politische Ökonomie

Ausgewählte Vertreter: Robert E. Lane, Bruno S. Frey, Georg Zinn, Amyrtya Sen

---

#### Pädagogik, Erziehungswissenschaft

- Allgemeine Pädagogik
- Bereichsspezifische Pädagogiken

Ausgewählte Vertreter: Thomas Fuhr, Alois Bucher

---

#### Medizin, Gesundheitswissenschaften

- Ätiologie
- Sozialepidemiologie
- Lebensqualität für bestimmte Gruppen von Kranken

Ausgewählte Vertreter: Aaron Antonovsky

---

#### Explizite Anläufe zu inter- bzw. transdisziplinären Synthesen:

##### »Glücksforschung – Happiness Research«

Ausgewählte Vertreter: Carol Ryff, Ruut Veenhoven, Alfred Bellebaum

---

#### Sozialstrukturelle Hintergründe für den Glücksboom im Alltags- und Wissenschaftsdiskurs

Eine Reihe von Umwälzungen hat das gute Leben auf die Tagesordnung moderner Gesellschaften gehievt. Auf dem soziologischen Diagnose-Schirm erscheint hierzu folgendes Bild: Der wichtigste Auslöser für eine breitenwirksame Auseinandersetzung mit Glück und Lebenssinn ist der historisch einmalige

Wohlstandsschub – der berühmte Beck'sche »Fahrstuhleffekt« – und die sich daran anschließende Debatte um die Verteilung des Zuwachses materiellen Reichtums wie seiner Grenzen.

Eine intensiv rezipierte Bestandsaufnahme zur soziokulturellen Situation, mithin eine implizite Begründungsskizze für den Durchbruch des Glückstopos, lieferte Gerhard Schulze in seinem 1992 erschienenen Buch »Die Erlebnisgesellschaft«. In seiner

im Dienste einer Steigerung der Erlebnis- und Eventdichte ergeben, hat Schulze (2003) in seiner jüngsten Publikation unter dem Stichwort »Steigerungsimperativ« entfaltet.

### **Eine Kaskade der Glücksbedingungen ... und eine Kartographie der empirischen Wohlbefindensforschung**

Studie setzt Schulze als Grundannahme voraus, dass wir in der Bundesrepublik Deutschland in einer Gesellschaft leben, in der trotz nach wie vor bestehender Einkommensunterschiede der Großteil der Menschen über mehr Mittel verfügt, als zur unmittelbaren Existenzsicherung notwendig sind. Diese These stützen weitere Daten der sozialwissenschaftlichen Wohlfahrtsforschung:

- a) Das reale Volkseinkommen pro Kopf hat sich seit 1950 vervierfacht.
- b) Das so genannte restitutive Einkommen, das den für Ernährung, Bekleidung und Wohnung benötigten Teil des verfügbaren Einkommens bezeichnet, macht im säkulareren Verlauf betrachtet immer weniger am Einkommen aus. Positiv gewendet, nimmt das dispositive Einkommen zu, was im Prinzip ein größeres Maß an Konsumfreiheit und Individualisierungsmöglichkeiten schafft.
- c) Auch die Arbeitszeiten haben sich seit den Sechzigerjahren beträchtlich verringert. Spiegelbildlich haben sich die Anteile der »Freizeit« im weitesten Sinne gesteigert.

Wohlgermerkt: Diese Daten sprechen nicht für eine Harmoniegesellschaft oder eine, in der es allen Menschen gleichermaßen gut geht. So zeichnen sich derzeit verstärkt neue soziale Ungleichheiten ab, beispielsweise solche, die die Bevölkerung nicht mehr so sehr zwischen Gut- und Schlechterverdienende spalten. Es kommt eine Differenzierungslinie hinzu, die diejenigen, die von Erbschaften und Aktien leben können, von denjenigen scheidet, die auf die oft mühsame Reproduktion ihrer Arbeitsfähigkeit angewiesen sind (Neckel / Dröge 2002). Nicht von der Hand zu weisen ist trotz aller dieser Gegenströmungen, dass die jahrtausendealte »Überlebensorientierung« beträchtlich an Gewicht verloren hat. Die zentralen Lebensmotive verschieben sich daher. Ein nicht unbeträchtlicher Anteil der Population macht sich auf den Weg, Vorstellungen vom guten Leben zu erproben und durchzusetzen. Die Widersprüche und Paradoxien, die sich aus einer permanenten Glückssuche auf den Basaren der Multioptiongesellschaft

Ein äußerst weit verzweigtes Geflecht von Faktoren wird in der Literatur als ursächlich für das individuelle Wohlbefinden angesehen. Vorausgeschickt sei, dass für Glück und Wohlbefinden die unterschiedlichsten Operationalisierungen vorliegen – die verdienstvolle Sammlung einschlägiger Instrumente von Schumacher / Klaiberg / Brähler (2003) legt davon beredtes Zeugnis ab. Die für das Glück »haftbar« gemachten Faktoren reichen von der makrosozialen Ebene bis hin zur genetischen »Grundausrüstung« der Personen.

Die empirische Glücks- und Wohlbefindensforschung hat eine beeindruckende Vielfalt von Variablen zusammengetragen, die auf das Glücksempfinden ausstrahlen. Das Strickmuster dieser Untersuchungen besteht darin, den Einfluss unabhängiger Variablen – sozioökonomischen Status, Bildung, Ausübung bestimmter Tätigkeiten – in ihrem Einfluss auf die Zielvariable subjektives Wohlbefinden statistisch abzuschätzen.

### **»Gute Gesellschaften« oder der Einfluss makrosozialer Bedingungen**

Steigen wir ein mit der gesellschaftlichen Ebene: Auf der Basis der Wohlfahrtssurveys des Wissenschaftszentrums Berlin geht Thomas Buhlmann die Frage an, wie Freiheit, Sicherheit, Gerechtigkeit und Wohlstand aus Sicht der Bundesbürger realisiert sind und in welcher Weise sich dies auf ihr persönliches Wohlbefinden auswirkt. Der Autor fördert erstaunliche Zusammenhänge zutage.

Reizvoll ist dabei seine Ambition, die empirischen Analysen seines Datenmaterials in Beziehung zur aktuellen Zeitdiagnose zu bringen, die von zunehmenden Anomieerscheinungen ausgehen. Der Autor gelangt so zu einer differenzierten Einschätzung. Sie legt nahe, dass man die positiven Effekte der Modernisierung nicht einfach ad acta legen oder verschweigen sollte. Seine Auswertungen zeigen, dass – zumindest in den hier abgefragten Einstellungs- und Handlungsebenen – von zunehmender Anomie keine Rede sein kann. In der Bundesrepublik Deutschland ist es in den letzten zwei Jahrzehnten nämlich nicht zu der von einigen Modernisierungsskeptikern behaupteten



Zunahme von Anomie gekommen. Lebenszufriedenheit und Glücksempfinden – wohl gemerkt: als standardisierte quantitative Variablen operationalisiert – sind seit den 70er-Jahren auf hohem Niveau stabil geblieben. Gefühle wie Macht- sowie Orientierungslosigkeit und Pessimismus haben sich nicht ausgebreitet. Am Beispiel Ostdeutschlands macht Buhmann ferner deutlich, dass selbst stark beschleunigte Modernisierungsprozesse nicht automatisch zu einem dauerhaften Anstieg anomischer Reaktionen führen müssen. Es ist unbestritten, dass das Ende der DDR und der Transformationsprozess in Ostdeutschland zu erheblichen Strukturbrüchen geführt haben: zu einem enormen Anstieg der Arbeitslosigkeit, zu mehr sozialer Ungleichheit, zu Desintegrationsprozessen und zu Spannungen zwischen der tradierten ostdeutschen Lebenswelt und der übertragenen westdeutschen Systemwelt. Nicht zu bestreiten ist aber auch, dass die Ostdeutschen im Verlauf der 1990er-Jahre zufriedener und glücklicher geworden sind.

Theorien, die Modernisierung nur als Auslöser für Krisen betrachten, gehen daher offensichtlich an der gesellschaftlichen Realität vorbei: Gesellschaftliche Modernisierung und individuelles Glück schließen einander nicht aus. Die Ambivalenz der Moderne, die Gleichzeitigkeit von Erfolgen und Krisen, wirkt sich in komplexer Weise auf das subjektive Wohlbefinden und das Ausmaß von Anomie aus. Es ist davon auszugehen, dass sich die positiven und negativen Effekte überlagern. Wohlstand, Staatsbürgerstatus und autonome Lebensführung sind Potenziale, die dazu beitragen können, die sozialen Folgen von Exklusion und Desintegration zu begrenzen. Eine spezifische Konstellation dieser drei Potenziale stellt der moderne Sozialstaat dar – die Gesamtheit der staatlichen Institutionen, die um sozialen Ausgleich und soziale Sicherung bemüht sind.

Eine Vielzahl weiterer makrosozialer Studien, angeführt seien auch die kulturvergleichenden Analysen des »Papstes« der interdisziplinären »Happiness Studies«, Ruut Veenhoven (2002), plausibilisieren, dass neben der individuellen, privaten Dimension eine soziale Dimension der Lebensqualität existiert. Wie lebenswert die Gesellschaft ist, d. h. wie frei, sicher, wohlhabend und gerecht, hat also einerseits einen eigenständigen Effekt auf das subjektive Wohlbefinden, der auch von kulturellen Mustern der Wahrnehmung von subjektivem Wohlbefinden moderiert wird (Diener / Oishi / Lucas 2003). Andererseits ist dieser Einfluss nicht so groß, und zudem existiert eine beträch-

liche Variation im Wohlbefinden, sodass die Suche nach Glücksfaktoren durch die Berücksichtigung anderer Ebenen jenseits der Gesamtgesellschaft sinnvoll ergänzt werden kann.

### **»Geld alleine macht auch nicht glücklich« – Evidenzen für die Grenzen sozioökonomischen Wohlstands**

Auch ein Lottogewinn alleine ist kein Garant für ein glückliches Leben. Gemeinhin sitzt man nämlich dem auf, was der Politikwissenschaftler Robert Lane, Emeritus an der renommierten Yale University, den »ökonomischen Fehlschluss« getauft hat: »Comparisons of the rich with the poor and with the not-so-rich within a society tell a story quite compatible with these cross-national accounts, and yet one that challenges some of our basic, commonsense assumptions. The story is this; in poor societies, there is a strong relationship between individual income and happiness, but in rich societies that relationship wanes, sometimes to the vanishing point. I have called the common belief that happiness is in some sense proportionate to income the economic fallacy. That belief is widespread through all societies and is almost universal among economists, for whom money is a fungible source of both preference and Benthamite utility. But in advanced societies, that belief is genuinely erroneous (if not exactly a fallacy)« (Lane 2000, S. 64).

Es gibt, und das gehört mittlerweile zu den gesicherten Beständen der Wohlfahrts- und Lebenszufriedenheitsforschung, mithin keinen linearen Zusammenhang zwischen Bruttosozialprodukt, Durchschnittsverdienst und persönlichem Wohlbefinden. Vielmehr scheint ab einem bestimmten Schwellenwert kein direkter Zuwachs des Lebensgefühls mehr durch zusätzliche monetäre Ressourcen zu folgen, sodass wir es mit einem kurvilinearen Trend zu tun haben (Mayring 1999, 2000). Die Erklärung: Jenseits eines bestimmten Scheitelpunkts sinkt der Grenznutzen eines zusätzlichen Autos, Fernsehers oder was auch immer – andere glücksfördernde Elemente, oder wie man auch sagt, andere Glücksgüter, die eben auch ideeller Art sein können, müssen dann hinzukommen, um das subjektive Wohlbefinden und die persönliche Lebensbilanz zu steigern (Easterlin 2003). Zynisch kommentiert der Philosoph Thomä (2003, S. 160) diesen Sachverhalt: »Mag der Aufwand, der in diesen vergleichenden Betrachtungen zum Verhältnis zwischen materiellen Lebensverhältnissen und Glück getrieben wird, auch beträchtlich sein, so ist deren Ergebnis doch bescheiden: Es gilt, die schlimmste Not zu meiden; um



**Es gibt, und das gehört mittlerweile zu den gesicherten Beständen der Wohlfahrts- und Lebenszufriedenheitsforschung, mithin keinen linearen Zusammenhang zwischen Brutto-sozialprodukt, Durchschnittsverdienst und persönlichem Wohlbefinden.**

des Glückes willen ist ein Mindestniveau des Lebens erwünscht, ansonsten bleibt dieses Glück aber ein eigenwilliges, seltsam flüchtiges Phänomen.«

### **Zur psychologischen Feinmechanik des Glücks – Urteile, Emotionen und Tätigkeiten**

Nicht zuletzt die psychologisch orientierte Forschung tastet sich näher an dieses flüchtige Phänomen im Sinne individueller Gegebenheiten des Glücksempfindens heran. Erstens setzt man sich intensiv mit den Urteilsprozessen auseinander, die zu den persönlichen aktuellen oder auf das gesamte Leben bezogenen Glücksbilanzen führen (Diener / Lucas 2000). Neuere Befunde hierzu lauten, dass soziale Vergleiche mit Bezugsgruppen und Muster kultureller Sozialisation einen erheblichen Einfluss auf die Einschätzung des Wohlbefindens nehmen. Zudem spielen chronisch zugängliche Informationen, die experimentell vielfach manipuliert werden können, eine wichtige Rolle. So kann das schlechte Abschneiden des eigenen Fußballklubs zumindest für kurze Zeit die Glückseinschätzung trüben. Teilweise werden auch genetisch verankerte generelle Urteilstendenzen identifiziert: »Certain people attend to and recall the pleasant aspects of life more than others ... It is not just who we are that matters to happiness, but how we think about our lives.« (Diener / Oishi / Lucas 2003, S. 67).

Eine weitere interessante Einsicht: Die meisten Menschen scheinen zu wenig darüber zu wissen, was sie längerfristig glücklich macht, ihnen positive Gefühle beschert. Die Fähigkeit zur emotionalen Vorausschau – das so genannte »affective forecasting« – ist gering ausgeprägt (Wilson / Gilbert 2003). Gilbert und sein Team haben zahlreiche Forschungsarbeiten durchgeführt, welche belegen, dass Menschen ihre Glücksgefühle angesichts des Eintreffens bestimmter Ereig-

nisse systematisch überschätzen. Man misst den großen Ereignissen generell zu große emotionale »Beflügelungswirkung« zu, vertraut zu wenig auf die »kleinen Glücksbringer«, wie man seine eigenen Gefühls- und Glückserwartungen zu wenig mit den Erfahrungen anderer Menschen vergleicht.

Was schließlich direkte »Maßnahmen« angeht, die zu einer Förderung des persönlichen Wohlbefindens führen, bietet die Theorie des »Flow« eine mittlerweile in vielen Einzeluntersuchungen validierte Modellvorstellung an (Csikszentmihalyi 1985; Nakamura / Csikszentmihalyi 2002). Flow meint einen Zustand des reflexionsfreien gänzlichen Aufgehens in einer »glatt« laufenden Tätigkeit, die das Subjekt herausfordert, ohne es zu überfordern.

Beispiele hierfür: Der Computerfreak, der erst am schmerzenden Rücken mitten in der Nacht merkt, dass er schon wieder viele Stunden am Rechner zugebracht und dabei das Essen sowie einen Termin vergessen hat, oder der Technotänzer, der sich über viele Stunden bis zur Erschöpfung im Rhythmus bewegt.

Ausgangspunkt der Forschung zum Flow waren Sondierungen zu Aktivitäten, die keinen offensichtlich erkennbaren Nutzen wie Geld oder Prestige besaßen. Felsklettern, Motorradfahren oder Schachspielen bringen für Akteure keinen Gewinn, sondern fordern im Gegenteil eher Kosten in Form von Ausrüstungen. Solche frei gewählten Tätigkeiten müssten also Anreize bieten, die in ihnen selbst und nicht in nachfolgenden Belohnungen liegen. Durchweg werden diese Zustände als besonders freudvoll erlebt. Das gilt für Beruf wie Freizeit gleichermaßen. Der besondere Reiz der Flow-Forschung besteht in der Anwendung der ES-Methodologie, (Experience-Sampling), welche darin besteht, die Probanden während des Wochenverlaufs zufallsgesteuert Einschätzungen ihrer gerade ausgeübten Aktivitäten vornehmen zu lassen. Sie erlaubt es, einen Einblick in das Emotionsprofil bestimmter Tätigkeiten und Tätigkeitssequenzen zu gewinnen. Gerade der Vergleich von Flow-Aktivitäten und den sie begleitenden Emotionen während des Wochenverlaufs erklärt dann beispielsweise sehr gut, was sich in einer amerikanischen Durchschnittsfamilie am Wochenende und Wochenanfang zwischen Eltern, Müttern und Vätern abspielt (Larson / Richards 1994). Hier gibt es sehr große Abweichungen im emotionalen Haushalt, die zu nicht unerheblichen gegenseitigen Irritationen führen können.

## Kinderglück – und was man daraus lernen kann

Nach dieser kartographischen Erschließung des Geländes der empirischen Glücksforschung, die freilich nur ganz grob deren Längen- und Breitengrade antippen konnte, soll abschließend eine spezielle Population herausgegriffen werden, über deren »Glückszustand« seit längerer Zeit heftigst gestritten wird: Kinder im Alter von etwa acht bis 14 Jahren. Der österreichische Religionspädagoge Anton Bucher (1999, 2001) hat 1.319 Schulkinder im Bundesland Salzburg schriftlich befragt. Dabei interessierte ihn die globale Einschätzung des Kindheitsglücks, aber auch das Geflecht von Faktoren, welches das Kinderglück generiert.

*Die meisten Kinder sind tendenziell glücklich.* Dieses Resultat überrascht angesichts der pessimistischen Diagnosen der Kindheitsrhetorik (Lange 1996). Knapp 60 % der 9- bis 11-Jährigen und knapp 47 % der 12- bis 13-Jährigen bezeichnen sich als »sehr glücklich«, 35 % der 9- bis 11-Jährigen und 45 % der 12- bis 13-Jährigen als »glücklich«.

*In welchen Kontexten sind die Kinder besonders glücklich?*

Als besonders beglückend erleben die Kinder, in der Natur und bei Tieren zu sein, aber auch bei Freunden und in Freiräumen, in der Familie und zu Hause fühlen sie sich ausgesprochen wohl. Am geringsten ist das Glücksempfinden in der Schule. Das Wohlbefinden in dieser Institution geht mit dem Alter noch weiter zurück. Das Glücksempfinden in den verschiedenen Bereichen korreliert signifikant mit der Häufigkeit der dort ausgeübten Aktivität. So wird das Glückserleben vor dem Fernseher und dem Computer umso höher bewertet, je häufiger die Kinder die Maus oder die Fernbedienung betätigen.

Der erklärungskräftigste Prädiktor für das globale Wohlbefinden ist dabei die Skala »Gutes Familienklima – Anerkennung – Lob«. Der zweitstärkste Prädiktor im Sinne einer negativen Korrelation ist die Skala »Schule als Belastung und Angst«. »Ebenso

aufschlussreich ist, welche Prädiktoren nicht signifikant sind. Entgegen dem traditionsreichen, von Rousseau popularisierten Topos, Kinder seien besonders in ländlichen Gefilden glücklich, spielt die Wohnumgebung keine Rolle. Die auf dem Land Aufgewachsenen bilanzierten ihre Kindheit als ebenso glücklich wie die Schülerinnen und Schüler im Salzburger Quartier Lehen, das, von stark befahrenen Hauptstraßen durchzogen, kaum Grünflächen aufweist.« (Bucher 1999, S. 413).

In seiner zusammenfassenden Diskussion zeigt der Autor anhand einer weiteren Befragung von 275 Erwachsenen, in der sich diese an ihre Kindheit erinnern und deren glücksstiftende Momente mit der heutigen Kindheit vergleichen sollten, wie tief die populäre Kindheitsrhetorik im Sinne eines »immer schlechter und unglücklicher« schon in das Denken der Erzieher Eingang gefunden hat. Insbesondere problematisch wird es dann, wenn heutige Kinder Erfahrungen machen, deren »Glückspotenzial« Erzieherinnen und Erzieher nicht qua Eigenerfahrung verifizieren können. Beispielsweise gaben 70 % der befragten Kinder an, beim Computerspielen glücklich zu sein. Ebenfalls 70 % der Erzieherinnen und Erzieher hingegen meinten genau das Gegenteil. Auch diese Diskrepanz hat Tradition, denn Spielpädagogen des 19. Jahrhunderts lehnten beispielsweise das damals aufkommende Blechspielzeug entschieden ab. Kein geringerer als Rousseau kritisierte die für Kinder bestimmten Bücher als Werkzeuge des größten Unglücks. Heute wären wiederum viele Eltern und Erzieher froh, ihre Kinder griffen häufiger zu einem Buch als zur digitalen Maus. Als Konsequenz daraus leitet der Autor ab: Die subjektiven Glücksattributionen Erwachsener in bestimmten Professionen für die Beurteilung von Kinderglück sind nicht absolut zu setzen, weil daraus eine Art Zwangsbeglückung resultieren könnte. Vielmehr gehört es zu den Reflexionen über das gute Leben, die eigenen Vorstellungen von Glück in einem korrektiven Prozess zu reflektieren oder zu transformieren. Dies gilt nun auch für die stillschweigenden Annahmen, was Kinder beglückt. Aufgrund des rasanten Wandels in der Lebenswelt verlieren Kindheitserinnerungen Erwachsener zusehends an Gültigkeit.

»Dennoch führt diese kritische Sicht nicht in einen unverbindlichen Relativismus. Denn den meisten Schilderungen glücklicher Kindheitsepisoden ist gemeinsam, dass Glück weniger aus Rezeptivität, sondern vielmehr aus Tätigkeit resultiert, sodann aus der lobenden Anerkennung durch signifikante andere.« (a. a. O., S. 417) Kindheitsbiogra-

phien belegten, dass spielerische Interaktionen, Lesen und als sinnvoll erlebte, mit Verantwortung verknüpfte Arbeiten zu den glücksstiftenden Momenten gehören. Da die Tätigkeiten selber Kindern nicht abgenommen werden können, sei es pädagogisch geboten, Umgebungen mit einem hohen Anforderungspotenzial für Aktivität zu arrangieren.

## »Zur Anwendung« von Glücksforschung

Was folgt aus den hier nur im Überblick angeschnittenen vielfältigen Befunden? Was kann aus solchen und ähnlichen Ergebnissen abgeleitet werden? Meiner Meinung nach sind es (1) zumindest Anregungen für Diskussionslinien in der Sozial- und Gesellschaftspolitik, (2) Bereicherungen für die naiven Glückstheorien des Alltagsmenschen.

(1) Als wichtiger sozialpsychologischer Mechanismus zur Förderung des Wohlbefindens erwies sich – auch und gerade für die Population der Kinder –, Gelegenheiten zu schaffen, welche die Kompetenzen ansprechen, herausfordern und weiterentwickeln. Überdies zeigt die empirische Glücksforschung den eng begrenzten Zusatznutzen monetärer Ressourcen auf. Daraus lässt sich schließen, dass Zeit – und vor allem die autonome Verfügung über diese – ein wesentlicher Hebel zur Steigerung des Wohlbefindens sein kann. Somit lässt die Glücksdebatte sich trefflich an die interdisziplinäre Diskussion um die Förderung des »Zeitwohlstands« anschließen und so den gesellschaftspolitischen Auseinandersetzungen eine etwas andere Richtung geben. Das gilt insbesondere für die gemeinsame Zeit von Eltern und Kindern.

(2) Eine Reihe von Resultaten – vor allem der empirisch-psychologischen Forschungen – gibt einen ganzen Kranz von Fingerzeigen zur individuellen Aufklärung über Möglichkeiten und Grenzen der Steigerung des individuellen Wohlbefindens. Erinert sei an die Schwächen, die Mann und Frau beim »affective forecasting« haben. Die Vermittlung solchen »glücksrelevanten« Wissens in Institutionen der schulischen und außerschulischen Bildung könnte einen kleinen, bescheidenen Beitrag zur Vermittlung von Lebenskunst leisten, eingedenk der Tatsache, die Thomä (2003) in seiner vorzüglichen Auseinandersetzung mit dem Glück in der Moderne herausmeißelt: Glück entzieht sich – zum Glück! – der vollständigen Kalkülisierung und Planung, es gibt »kein Ende der Geschichte«, sondern Glück passiert »in der Geschichte«.

## Literatur

- Antonovsky, Aaron / Sourani, Talma:** Family Sense of Coherence and Family Adaption. In: *Journal of Marriage and the Family* 1988, 1, S. 79–92
- Barheier, Klaus / Bellebaum, Alfred:** Einleitung In: Alfred Bellebaum / Klaus Barheier (Hrsg.): Glücksvorstellungen. Ein Rückgriff in die Geschichte der Soziologie. Opladen 1997, S. 7–14
- Bellebaum, Alfred:** Glück. Erscheinungsvielfalt und Bedeutungsreichtum. In: Alfred Bellebaum (Hrsg.): Glücksforschung. Eine Bestandsaufnahme. Konstanz 2002, S. 13–42
- Bucher, Anton:** Kindheitsglück: Romantischer Anachronismus oder übersehene Realität? Eine glückspsychologische und pädagogische Studie bei 1.300 Schulkindern. In: *Neue Sammlung* 1999, 2, S. 399–418
- Bucher, Anton:** Was Kinder glücklich macht. Historische, psychologische und empirische Annäherungen an Kindheitsglück. Weinheim 2001
- Buhlmann, Thomas:** Lebenswerte Gesellschaft. Freiheit, Sicherheit und Gerechtigkeit im Urteil der Bürger. Opladen 2002
- Czykszentmihalyi, Mihaly:** Das Flow-Erlebnis. Stuttgart 1985
- Diener, Ed / Lucas, Richard. R.:** Explaining Differences in Societal Levels of Happiness: Relative Standards, Need Fulfillment, Culture and Evaluation Theory. In: *Journal of Happiness Studies* 2000, 1, S. 41–78
- Diener, Ed / Oishi, Shigehiro / Lucas, Richard. E.:** Personality, Culture and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. In: *Annual Review of Psychology* 2003, 54, S. 403–425
- Easterlin, Richard. A.:** Building a Better Theory of Well-Being. Bonn. Forschungsinstitut zur Zukunft der Arbeit. IZA-Arbeitspapiere 2003, Nr. 742
- Fredrickson, Barbara L.:** Die Macht der guten Gefühle. In: *Gehirn und Geist* 2003, 6, S. 38–42
- Frey, Bruno S. / Stutzer, Alois:** Happiness & Economics. How the Economy and Institutions Affect Well-Being. Princeton 2002
- Lane, Robert E.:** The Loss of Happiness in Market Democracies. New Haven, London 2000
- Lange, Andreas:** Formen der Kindheitsrhetorik. In Helga Zeiher / Peter Büchner / Jürgen Zinnecker (Hrsg.): Kinder als Außenseiter? Umbrüche in der gesellschaftlichen Wahrnehmung von Kindern und Kindheit. Weinheim 1996, S. 75–95
- Mayring, Philipp:** Lehren der neueren Psychologie für die Ökonomie. Welchen Stellenwert hat die Ökonomie für das menschliche Lebensglück wirklich? In: Alfred Bellebaum / Herbert Schaaß / Karl Georg Zinn (Hrsg.): Ökonomie und Glück. Beiträge zu einer Wirtschaftslehre des Guten Lebens. Opladen 1999, S. 157–169
- Mayring, Philipp:** Freude und Glück. In: Jürgen A. Otto / Harald A. Euler / Heinz Mandl (Hrsg.): Emotionspsychologie. Ein Handbuch. Weinheim 2000, S. 221–227
- Nakamura, Jeanne / Csikszentmihalyi, Mihaly:** The Concept of Flow. In: C.R. Snyder / Shane J. Lopez (Hrsg.): Handbook of Psychology. Oxford 2002, S. 89–105
- Neckel, Sighard / Dröge, Kai:** Die Verdienste und ihr Preis: Leistung in der Marktgesellschaft. In: Axel Honneth (Hrsg.): Befreiung aus der Mündigkeit. Paradoxien des gegenwärtigen Kapitalismus. Frankfurt am Main 2002, S. 93–116
- Osterdiekhoff, Georg W. / Hillmann, Karl-Heinz:** Einleitung. In: Karl-Heinz Hillmann / Georg W. Osterdiekhoff (Hrsg.): Die Verbesserung des menschlichen Zusammenlebens. Eine Herausforderung für die Soziologie. Opladen 2003, S. 7–33
- Perrig-Chiello, Pasqualina:** Die multiplen Facetten von Gesundheitsbiographien. In: Pasqualina Perrig-Chiello / Francois Höpflinger (Hrsg.): Gesundheitsbiographien. Variationen und Hintergründe. Bern 2003, S. 7–14
- Ryff, Carol D. / Singer, Burton:** From Social Structure to Biology. Integrative Science in Pursuit of Human Health and Well-Being. In: C.R. Snyder / Shane Lopez (Hrsg.): Handbook of Positive Psychology. Oxford 2002, S. 541–555
- Schmid, Wilhelm:** Philosophie der Lebenskunst. Frankfurt am Main 2001
- Schumacher, Jörg / Klaiberg, Antje / Brähler, Elmar:** Diagnostische Verfahren zu Lebensqualität und Wohlbefinden. Göttingen 2003
- Schreiber, Lukas:** Was lässt Ehen heute (noch) gelingen? Bedingungen posttraditionaler Ehestabilität. Opladen 2003
- Schulze, Gerhard:** Die Beste aller Welten. Wohin bewegt sich die Gesellschaft im 21. Jahrhundert? München 2003
- Seligman, Martin. E. P.:** Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy. In: C.R. Snyder / Shane J. Lopez (Hrsg.): Handbook of Positive Psychology. Oxford 2002, S. 3–9
- Steinfath, Holmer:** Die Thematik des guten Lebens in der gegenwärtigen philosophischen Diskussion. In: Holmer Steinfath (Hrsg.): Was ist ein gutes Leben? Philosophische Reflexionen. Frankfurt am Main 1998, S. 7–31
- Thomä, Dieter:** Vom Glück in der Moderne. Frankfurt am Main 2003
- Veenhoven, Ruut:** Die Rückkehr der Ungleichheit in die moderne Gesellschaft? Die Verteilung der Lebenszufriedenheit in den EU-Ländern von 1973–1996. In: Wolfgang Glatzer / Roland Habich / Karl Ulrich Mayer (Hrsg.): Sozialer Wandel und gesellschaftliche Dauerbeobachtung. Opladen 2002, S. 273–293
- Wilson, Timothy / Gilbert, Daniel T.:** »Affective Forecasting«. In: *Advances in Experimental Social Psychology* 2003, 1, S. 345–411